

## Temat: Jak rozwiązywać konflikty?

### Sposoby rozwiązywania konfliktów?

W Słowniku języka polskiego (PWN, Warszawa 1999) znajdujemy następującą definicję konfliktu: „jest to sprzeczność interesów, poglądów; niezgodność, spór, zatarg, kolizja”.

Czasami wydaje się nam, że należy unikać za wszelką cenę nieporozumień, że należy tak układać życie, by nie wchodzić w konflikty z innymi ludźmi. Konflikt jest naturalną konsekwencją tego, że mamy różne usposobienia, plany, pragnienia, dążenia. Konflikt można porównać do przecięcia się dróg. Dobra komunikacja nie polega na tym, że drogi się nie przecinają, ale na tym, że skrzyżowania są zaopatrzone w wiadukty, sygnalizację świetlną lub że ktoś kieruje ruchem. Podobnie jest z drogami naszego życia. Zderzamy się nierzadko na szlaku i aby uniknąć „katastrofy”, korzystamy z innych rozwiązań komunikacyjnych. Skrzyżowanie dróg – czyli konflikt – nie jest wynikiem błędu, ale błędne może być jego rozwiązanie.



### Najlepszym wyjściem jest wiadukt

Obie strony mogą bezkolizyjnie kontynuować swoją trasę.

*Karolina włącza muzykę na cały regulator:*

*– Posłuchaj, jak oni grają! To naprawdę świetny zespół.*

*Darek:*

*– Wyłącz to, boli mnie głowa! Chcę chociaż chwilę odpocząć.*

*Karolina, nakładając słuchawki:*

*– Dobrze, posłucham sobie sama, myślałam, że ty też ich lubisz.*

*Darek: – Lubię, ale w tej chwili nie chcę słuchać.*

Żeby takie rozwiązanie było możliwe, potrzebne są:

- jasno wyrażone stanowiska,
- dobra wola obu stron,
- warunki zewnętrzne (w tym wypadku – słuchawki). W konfliktach rodzinnych warto zastanowić się, czy można zastosować model wiaduktu.

### Ręczne kierowanie ruchem

Ten typ rozwiązywania kolizji ma swój odpowiednik w poleceniach wydawanych przez rodziców. W pewnych sytuacjach jedna osoba musi rozkazywać, a inne muszą słuchać. Jeżeli wydaje się, że jedna osoba jest bardziej obciążona niż inne, można notować, co kto zrobił (komu co polecono) w danym dniu, a potem wspólnie zastanowić się i ewentualnie skorygować nierówności.

## Sygnalizacja świetlna

Światła wskazują pierwszeństwo przejazdu:

- w tym miesiącu kupimy komórkę dla Ewy, a w przyszłym – rower dla Tomka;
- dzisiaj ja wychodzę z psem na spacer, jutro ty;
- ustalamy dyżury przy robieniu zakupów. Jest to rozwiązanie często spotykane w układzie rodzinnym. Jest ono dobre pod warunkiem, że nie będziemy zbyt sztywno trzymać się „liter prawa” i potrafimy czasem się zdobyć na wielkoduszność.

## Skrzyżowanie bez sygnalizacji

Bywają konflikty, w których sami musimy wypracować najlepsze rozwiązanie. Potrzebne są następujące warunki:

- Obie strony muszą jasno określić swoje stanowisko.
- Obie strony muszą być przekonane, że druga strona też uczciwie dąży do dobrego rozwiązania.
- Obie strony muszą być podatne na argumentację. Jeżeli ja czegoś bardzo chcę, nie jest to jeszcze wystarczający powód, żeby druga strona musiała ustąpić. Zdarza się, że sami nie znajdziemy rozwiązania. Trzeba wtedy odwołać się do kogoś, czyj autorytet uznają obie strony, i podporządkować się mu już bez dalszej dyskusji. Czasem najlepszym rozwiązaniem jest zwykle „przepraszam” jednej strony i wybaczenie drugiej.



### Zadanie

Podaj, w formie krótkiej notatki, sposoby rozwiązywania konfliktów.